

We adviseren je om de eerste week:

- niet te snuiten, de neus voorzichtig optrekken mag wel
- te niezen met de mond open
- hevige inspanning te vermijden
- buikpers/opbouwen van druk te vermijden: niet bukken, geen zware voorwerpen optillen, niet hard persen op het toilet ...
- overdreven warmte te vermijden: eten en drinken wat laten afkoelen, geen heet bad of douche nemen, geen saunabezoek, geen zonnebaden ...
- je hoofd iets hoger te leggen tijdens het slapen

Een neustampon blijft 48 uur of langer ter plaatse, in overleg met de arts. Soms wordt ook antibiotica opgestart om infectie in de neus en sinussen te vermijden.

Haal de neustampon niet zelf uit de neus, ook niet bij een nieuwe bloeding.

Overleg met je arts over het gebruik van bloedverdunnende geneesmiddelen.

### Opmerkingen

- In deze folder worden algemeen geldende principes weergegeven ter informatie. Ieder verhaal en elke patiënt is uniek en kan licht afwijken van wat hier beschreven staat.
- Heb je nog vragen? Contacteer gerust de dienst NKO.

### Voor meer info raadpleeg:

Indien er zich thuis onverwachte problemen voordoen, aarzel niet om contact op te nemen.

**AZ Oudenaarde (algemeen nummer)**

**055/33 61 11**

**Dienst spoedgevallen:**

**055/33 63 55**

Heb je nog vragen  
of opmerkingen  
over deze brochure?  
We houden graag  
rekening met  
jouw suggesties!

## AZ Oudenaarde vzw

Minderbroedersstraat 3, 9700 Oudenaarde

T 055 33 61 11 - F 055 33 66 95

info@azoudenaarde.be

www.azoudenaarde.be



AZO/NKO/231  
Laatste versie: 23/11/2020  
V.U. AZ Oudenaarde

N.K.O.  
Neus-, keel-,  
oorziekten



## NEUSBLOEDING OF EPISTAXIS

### ADVIEZEN / LEEFREGELS BIJ EEN NEUSBLOEDING

- Patiëntinformatie -

### Informatie voor patiënten



www.azoudenaarde.be

Volg ons op



## WAT IS EEN NEUSBLOEDING?

Een neusbloeding (epistaxis) wordt meestal veroorzaakt door een gesprongen bloedvatje van de neus. Een neusbloeding ziet er vaak erg uit, maar is meestal onschuldig.

Een neusbloeding kan zowel voor- als achteraan in de neus optreden. Bij een bloeding vooraan in de neus loopt het bloed uit de neus. Wanneer de bloeding achteraan de neus plaatsvindt, zal het bloed naar de keel lopen.

## WAT ZIJN MOGELIJKE OORZAKEN VAN EEN NEUSBLOEDING?

Meestal treedt een neusbloeding op zonder duidelijke oorzaak. Soms liggen één of meerdere oorzaken aan de basis van de neusbloeding.

Een voorste neusbloeding kan optreden ten gevolge van:

- krabben of peuteren
- te hard snuiten van de neus
- tijdens een infectie (griep / verkoudheid door ontsteking van neusslijmvlies)
- wondjes in de neus / inbrengen van vreemde voorwerpen
- ongeluk van de neus (klap / stoot)
- beschadiging van het neusslijmvlies door bv. geneesmiddelen in de neus te vernevelen

Een achterste neusbloeding treedt meestal op bij oudere mensen als gevolg van:

- verkalkte bloedvatjes in de neus
- verhoogde bloeddruk

Personen met een gestoorde bloedstolling door ziekte of inname van bloedverdünnende medicatie hebben een groter risico op een neusbloeding dan personen met een normale bloedstolling.

## WAT DOEN BIJ EEN NEUSBLOEDING?

- Blijf kalm zodat je bloeddruk niet stijgt. Dit bevordert immers het bloeden.
- Ga rechtop zitten en buig licht voorover. Adem door de mond.
- Snuit de neus leeg of spuug het bloed uit.
- Knijp de neus gedurende vijf tot tien minuten goed dicht met duim en wijsvinger aan weerszijden van de neus tot op de plaats waar het harde stuk overgaat in het zachte gedeelte van de neus.
- Is het bloeden nog niet gestopt, herhaal dan nogmaals bovengenoemde handelingen.
- Hou nadien rekening met de maatregelen na behandeling van een neusbloeding.

## WAT DOE JE BETER NIET?

- Het bloed inslikken, dit geeft vaak misselijkheid en zwarte stoelgang, maar kan op zich geen kwaad.
- Het hoofd achterover houden.
- Plat gaan neerliggen.
- Watten of kompressen in het bloedende neusgat stoppen.

## BEHANDELING

Er bestaan verschillende vormen voor de behandeling van een neusbloeding. De arts kan oppervlakkig gelegen bloedvatjes dicht maken door middel van een etsende vloeistof, bloedende bloedvatjes kunnen worden dichtgebrand (gecoaguleerd), of de arts kan een neustampon inbrengen om zo het bloeden te stoppen.

### Maatregelen na de behandeling

Nadat je door een arts behandeld bent voor een neusbloeding, is het belangrijk een aantal maatregelen in acht te nemen.

In de meeste gevallen wordt een nabehandeling van 2-4 weken met een verzorgende neuszalf (bv. Vitapanthol of Rhinovita) aangeraden. De zalf dient 2x/d voorzichtig met vinger of wattenstaafje aangebracht te worden vooraan in de neus, aan de binnenkant van de neusvleugel is er weinig kans op beschadiging. Druk de neus nadien zachtjes dicht en masseer kort.